

全国自立生活体験室 一覧

平成20年4月1日現在

都道府県	団体名	住所	Tel / fax	自立生活体験室	備考	
北海道	社会福祉法人アンビシャス	〒006-0006 札幌市手稲区西宮ノ沢 六条2-5-12	Tel 011-669-2222 fax 011-669-3000	(1500円/泊)		
	自立生活センター・さっぽろ	〒003-0021 札幌白石区南郷通14丁目 南2-2 ニュ-南郷ハイツ1F	Tel 011-867-5699 fax 011-867-5699	×		
	自立生活センター・IL-ism	〒003-0803 札幌市白石区菊水三条4-1-40 ハイツオ884-302	Tel 011-813-3928 fax 011-813-3928	(1000円/泊)		
	自立生活センター ハンス帯広	〒003-0803 帯広市東1条南7-10-1	Tel 0155-25-3741 fax 0155-25-3741	(1500円/泊)		
東北	青森	自立生活センター Pingあおもり	〒038-0011 青森市篠田1-8-1エムスコホ101	Tel 017-761-2745 fax 017-761-2746	×	
		自立生活センター青森	〒030-0845 青森市緑1-1-21 TNTビル1F	Tel 017-718-7107 fax 017-718-7177	(準備中)	
	岩手	CILもりおか	〒020-0863 盛岡市南仙北2-27-1 鈴木ビル1F2号室	Tel 019-636-0134 fax 019-636-0134	×	
		山形	障がい者自立生活支援センター フリーワールド	〒996-0002 新庄市金沢2575	Tel 0233-23-5071 fax 0233-29-6381	(1000円/泊)
	CILほっとらいふ		〒999-4112 北村山郡大石田町緑町13-15 サンコーポ・グリーン503	Tel 0237-35-5510 fax 0237-35-5060	×	
	宮城	CILたすけっと	〒982-0011 仙台市太白区長町1-7-37	Tel 022-248-6016 fax 022-248-6016	×	
	福島	NPO ILセンター福島	〒960-8141 福島市渡利字柵町1-1	Tel 024-523-0525 fax 024-523-0534	(2000円/泊)	
		NPO あいえるの会	〒963-8013 郡山市神明町9-1	Tel 024-921-3567 fax 024-925-4558	×	
		ワーク・IL	〒963-8013 郡山市神明町16-11 グリーンハイツ1F	Tel 024-939-7374 fax 024-939-7374	×	
		NPO いわき自立生活センター	〒970-8026 いわき市平字研町1	Tel 0246-35-2288 fax 0246-21-6779	(2000円/泊)	県内の人に限り 介助費補助あり (上限5万円)
		NPO法人 ケアステーションゆうとびあ 障がい者自立生活支援センター	〒963-4312 福島県田村市船引町船引字 城内17	Tel 0247-82-2909 fax 0247-82-2909	(1500円/泊)	
		NPO ふれあいづスマイル	〒965-0818 会津若松市東千石3-4-50	Tel 0242-27-1644 fax 0242-27-1648	×	
関東	栃木	自立生活センターとちぎ	〒321-0923 宇都宮市下栗町2149-1 イスタンビュア101	Tel 028-634-7411 fax 028-634-7411	(準備中)	
		ライフ・サポート水戸	〒310-0045 水戸市新原1-21-33 T's3-101	Tel 029-251-0251 fax 029-251-0251	×	
	茨城	つくば自立生活センター ほにゃら	〒305-0028 つくば市妻木1199-3	Tel 029-859-0590 fax 029-859-0594		
		CILいろは	〒310-0905 水戸市石川2-4060-3 館ハイツ101	Tel 029-253-0782 fax 029-253-0782	×	
	群馬	自立生活センターFree Will	〒373-0847 太田市西新町38-2	Tel 0276-30-4411 fax 0276-32-4155	×	
	埼玉	CILわらじ	〒343-0037 越谷市恩間新田232-3	Tel 0489-75-1524 fax 0489-75-1524	(2300円/泊)	
		特定非営利活動法人 自立生活センター くれぱす	〒338-0002 さいたま市中央区下落合 6-15-18	Tel 048-840-0318 fax 048-857-5161	18:00～翌 10:00 (3000円/泊)	これ以外の時間 150円/時間
		自立生活センター「遊TOピア」	〒360-0018 熊谷市中央1-14	Tel 048-526-6760 fax 048-526-6760	(2000円/泊)	

都道府県	団体名	住所	Tel / fax	自立生活 体験室	備考
千葉	自立生活センター サポート市川	〒272-0021 市川市八幡1-14-5 小出ビル101	Tel 047-302-3171 fax 047-302-3171	×	
	NPO 自立生活センター・K2	〒277-0074 柏市今谷上町59-1-B	Tel 04-7176-8114 fax 04-7176-8116	(要相談)	
	NPO 船橋障害者 自立生活センター	〒273-0005 船橋市本町2-4-4 花島ビル1F	Tel 047-432-4554 fax 047-432-4565	(2000円/泊)	
東京 2 3 区	コミュニティ・チャレンジ・メイツ	〒133-0061 江戸川区篠崎町5-8-11	Tel 03-3678-3139 fax 03-3678-3139	×	
	自立生活センター STEPえどがわ	〒133-0065 江戸川区南篠崎町3-9-7 1F	Tel 03-3676-7422 fax 03-3676-7425	(2000円/泊)	
	精神障害者ピア・サポートセンター こらーる・たいとう	〒131-0033 墨田区向島3-2-1 向島パークハイツ1F	Tel 03-5819-3651 fax 03-5819-3652	×	
	自立生活センター・たいとう	〒110-0012 台東区竜泉3-20-4 工藤荘	Tel 03-5603-0821 fax 03-5603-0834	×	
	自立生活センター・北	〒114-0001 北区東十条1-18-1 東十条ビル106	Tel 03-5390-5639 fax 03-5390-5624	×	
	新宿ライフ・ケア・センター	〒169-0051 新宿区西早稲田2-17-29 西北コーポ102	Tel 03-3205-2581 fax 03-3205-2582	×	
	スタジオIL文京	〒113-0021 文京区本駒込3-15-10-1F	Tel 03-5814-9225 fax 03-5814-9226	(2000円/泊)	
	NPO HANDS世田谷	〒154-0021 世田谷区豪徳寺1-32-21 スマイルホーム豪徳寺1F	Tel 03-5450-2861 fax 03-5450-2862	(1500円/泊)	
	NPO レイ	〒173-0024 板橋区大山金井町27-8	Tel 03-3554-6125 fax 03-3554-6122	(要相談)	
	関東	街かど自立センター	〒181-0012 三鷹市上連雀4-1-8 福祉コアみれん内	Tel 0422-48-0648 fax 0422-48-0648	×
生活援助為センター		〒202-0012 西東京市東町2-1-4 芹澤ハイツ101	Tel 042-425-5805 fax 042-425-5806	(1000円/日)	
どろんこ作業所		〒202-0021 西東京市東伏見6-1-36	Tel 0424-61-8364 fax 0424-61-8364	×	
自立生活企画		〒188-0012 西東京市田無町5-6-20 第2和光ビル202	Tel 0424-62-5999 fax 0424-62-5955	×	
CILふちゅう		〒183-0055 府中市府中町2-20-13 丸善ビル1F	Tel 042-314-2735 fax 042-314-2736	(1500円/泊)	
グッドライフ		〒203-0014 東久留米市東本町14-7 滝ビル1F	Tel 0424-77-8384 fax 0424-77-8394	(1000円/泊)	
自立生活センター・立川		〒190-0023 立川市柴崎町2-10-16 OHNO BUILDING 2F	Tel 042-525-0879 fax 042-521-3134	(1500円/泊)	
自立生活センター・日野		〒191-0031 日野市高幡2-9 ウィステリアガーデン1F	Tel 042-594-7401 fax 042-594-7402	(3000円/泊)	
自立生活センター・昭島		〒196-0025 昭島市朝日町3-18-12 ジュネスセキモト1F	Tel 042-545-7553 fax 042-545-7637	×	
CILくにたち援助為センター		〒186-0005 国立市西2-20-10 第2村上ビル1F	Tel 042-572-3767 fax 042-573-5987	×	
ヒューマンケア協会		〒192-0046 八王子市明神町4-1-9 シャンホール八王子904号	Tel 0426-46-4877 fax 0426-46-4876	(2000 ~ 4000円/泊)	自立生活プログラム利用 一人2000円/泊 その他の利用 一人4000円/泊
町田ヒューマンネットワーク		〒194-0013 町田市原町田3-8-12 網倉ビル4F	Tel 042-724-8616 fax 042-724-7993	(要相談)	

都道府県	団体名	住所	Tel / fax	自立生活 体験室	備考
関東	NPO法人 自立生活センター・東大和	〒207-0014 東大和市南街1-22-6 シティーコート南街1F	Tel 042-567-2622 fax 042-567-2912	(2000円/泊)	短期入所として 使用する場合： 宿泊を伴う12時間 12時間を超える場合の 介助料 有料1200円 + 100円 (事務手数料) / 時間
	神奈川県障害者 自立生活支援センター	〒243-0035 厚木市愛甲953-2	Tel 0462-47-7503 fax 0462-47-7508	×	
	CIL 自立の魂 ～略してじりたま！～	〒231-0012 横浜市中区相生町6-104 横浜相生町ビル2F	Tel 045-222-1202 fax 045-222-1203	×	
山梨	自立ネットワーク・やまなし	〒400-0811 甲府市川田町506 山梨県立青少年会館内	Tel 055-228-2019 fax 055-228-6637	×	
新潟	特定非営利活動法人 自立生活センター新潟	〒950-2042 新潟市西区坂井986-2	Tel 025-232-7245 fax 025-232-7245	(1600円/泊)	介助料 自立生活センター新潟の 介助サービス料金 参考: 宿泊の場合 3000円～(条件により異 なります)
長野	松本市障害者自立支援センター 「びあねっと松本」	〒390-0833 松本市双葉4-16 松本市総合社会福祉センター	Tel 0263-27-7211 fax 0263-29-5020	×	
静岡	静岡障害者自立生活センター	〒422-8006 静岡市駿河区曲金4-15-16	Tel 054-287-5588 fax 054-287-5588	(7000円/泊)	
	アシストMIL(ミル)	〒411-0847 三島市西本町10-26	Tel 0559-76-3432 fax 0559-76-3432	×	
	障害者生活支援センター 「おのころ島」	〒426-0016 藤枝市郡1-3-27	Tel 054-641-7001 fax 054-641-7001	(1000円/泊)	
	浜松自立支援センター	〒430-0815 浜松市都盛町29-3	Tel 053-427-1700 fax 053-427-1702	×	
中部	社会福祉法人AJU自立の家 サマリアハウス	〒466-0037 名古屋市昭和区恵方町2-15	Tel 052-841-5554 fax 052-852-2221	(500円/泊)	介助料 100円 / 時間 実費・食費など市内の方 は在宅(短期入所)及び施 設入所の「体験事業」とし てのサービスの自己負担額 (一割負担)
	NPO アーブ	〒458-0038 名古屋市緑区作の山町18	Tel 052-892-6318 fax 052-896-0212	不明	
	自立生活センターekumo	〒456-0058 名古屋市熱田区六番1-5-7	Tel 052-681-5321 fax 052-681-5876	(1000円/泊)	介助料 9:00～18:00 1100円 / 時間 18:00～9:00 1300円 / 時間
	自立生活センター・生活塾	〒452-0814 名古屋市西区南川92 若草マンション1F	Tel 052-506-8733 fax 052-506-8736	×	
	特定非営利活動法人 岡崎自立生活センター ぴあはうす	〒444-0038 岡崎市伝馬通5-47	Tel 0564-26-5080 fax 0564-26-5080	(1000円/泊)	会員:(500円/泊) 介助料 9:00～17:00 30分あたり300円 17:00～翌日9:00迄 2500円
	ユートピア若宮の会	〒471-0029 豊田市桜町1-25	Tel 0565-31-1117 fax 0565-31-1117	×	
	三重	ピアサポートみえ	〒514-0027 津市大門7-15津センターパレ ス3F	Tel 059-213-9577 fax 059-213-9577	(準備中)
石川	NPO 自立生活センター ハートいしかわ	〒921-8021 金沢市御影町8-32	Tel 076-242-1172 fax 076-242-1172	×	

都道府県	団体名	住所	Tel / fax	自立生活 体験室	備考	
中部	福井 自立生活センター Com Support Project	〒910-0004 福井市宝永2-12-35	Tel 0776-25-1057 fax 0776-25-1040	(1100円/泊)	光熱費(300円×日数) 布団などのシーツの クリーニング代 (1000円×回数) が別途かかります。	
	富山 自立生活支援センター・富山	〒930-0024 富山市新川原町5-9 レジデンス新川原1F	Tel 076-444-3753 fax 076-444-3753	(500円/泊)	介助者は、 原則ご自身で探してもらう ことにしています。 難しい場合は、 こちらで紹介をします。 介助料は、 こちらで紹介した場合 基本的に750円/時間。 値段交渉をしたい場合 介助者と直接して下さい。 富山市障害者相談支 援事業の一環として行っ ているため、原則、富山市 内在住あるいは住民票が 富山市にある方が対象に なりません。	
近畿	滋賀 滋賀自立生活センター	〒525-0034 草津市草津2-9-4	Tel 077-565-9022 fax 077-565-9022	×		
	滋賀 自立生活センター・湖北	〒526-0015 長浜市神照町277-1	Tel 0749-63-3651 fax 0749-63-3652	(1500円/泊)		
	京都 日本自立生活センター	〒601-8022 京都市南区東九条北 松ノ木町13-1	Tel 075-671-8484 fax 075-671-8484	×		
	奈良 NPO フリーダム21	〒630-8102 奈良市般若寺町285-2	Tel 0742-23-9064 fax 0742-23-9064	×		
		自立生活センター 奈良サポート24	〒630-8113 奈良市法蓮町1027-1 若草ハイツ1F	Tel 0742-26-6150 fax 0742-26-6153	×	
	和歌山 自立生活応援センター 和歌山チャレンジ	〒640-8323 和歌山市太田47-7	Tel 073-472-6731 fax 073-472-3177	×		
	大阪 自立生活センター・ナビ (NPOちゅうぶ)	〒546-0042 大阪市東住吉区東田辺2-21- 21	Tel 06-6704-2455 fax 06-6700-7955	(準備中)		
		自立生活センター・まいど	〒558-0002 大阪市住吉区長居西1-9-12	Tel 06-6609-3133 fax 06-6609-3210	×	
		自立生活センター おおさかひがし	〒536-0024 大阪市城東区中浜3-17-17 桂ビル1F	Tel 06-4258-1122 fax 06-4258-2333	×	
		自立生活センター・あるる	〒534-0027 大阪市都島区中野町3-4-21 ベルエキップ・オグラン1F	Tel 06-6355-3701 fax 06-6355-3702	×	
		自立生活支援センター ピア大阪	〒546-0033 大阪市東住吉区南田辺1-9-28 大阪市立早川福祉会館内	Tel 06-6622-1180 fax 06-6622-0423	(1000円/泊)	介助者1名と利用者1名 2000円/泊 介助者の確保は本人に していただきます。 土曜、日曜、祝日を挟ん だ利用はできません。 1泊2日～5泊6日まで可。 申込みは1か月前まで。 初回利用の方に限り事前 にピアカウンセリングを受講。
	自立生活センター・Flatきた	〒533-0004 大阪市東淀川区小松4-13-21	Tel 06-6325-9992 fax 06-4307-3672	(500円/泊)		
	自立生活夢宙センター	〒559-0011 大阪市住之江区北加賀屋1-3- 15	Tel 06-6683-1053 fax 06-4702-4738	(1000円/泊)		
	障害者自立生活センター スクラム	〒551-0002 大阪市大正区三軒家東4-8-26 敷島ビル101	Tel 06-6555-3509 fax 06-6555-3520	×		

都道府県	団体名	住所	Tel / fax	自立生活 体験室	備考		
近畿	大阪	社福)大阪府肢体不自由者協会 障害者生活支援センター いきいき	〒540-0003 大阪市中央区森ノ宮中央2-13-33	Tel 06-6942-1795 fax 06-6942-1796	×		
		自立支援センター ばあとなか	〒578-0935 東大阪市若江東町2-3-26	Tel 0729-61-5923 fax 0729-61-5923	(1600円/泊)		
		自立生活支援センター たかつき	〒569-0082 高槻市明野町1-5-11	Tel 0726-72-1294 fax 0726-72-1294			
		NPO 自立生活センターFREE	〒564-0039 吹田市清和園町22-4	Tel 06-4860-8766 fax 06-4860-8767	×		
		自立生活センター"いしずえ"	〒574-0011 大東市北条2-12-23	Tel 072-876-1936 fax 072-876-6442	×		
		自立生活センター ほくせつ24	〒567-0824 茨木市中津町3-26	Tel 0726-38-1466 fax 0726-38-1633	(1000円/泊)	24時間:1500円。 日帰り:100円/時間 (介護会員活動: 5000円/泊。 日帰り: 1000円/時間)	
		NPO法人 CIL豊中 豊中市障害者 自立支援センターILPルーム	〒561-0033 豊中市蛍池中町2-3-1-305 モルール・阪急蛍池駅隣接ビル 「ルシオール」B棟3階	Tel 06-6857-3601 fax 06-6857-3602	(1500円/泊)	デイ利用 750円/回 (5時間まで)	
		NPO 自立生活センターやお	〒581-0868 八尾市西山本町2-10-11-104	Tel 0729-98-7979 fax 0729-98-9979	×		
	兵庫	自立生活センター リングリング	〒652-0801 神戸市兵庫区中道通 6-3-12-101	Tel 078-578-7358 fax 078-578-7358	×		
		NPO 姫路自立生活 支援センター	〒670-0808 姫路市白国1-2-15 コーポあまの2-1-2	Tel 0792-24-1398 fax 0792-24-1398	×		
		NPO法人とことこ 障害者情報クラブILセンター	〒665-0816 宝塚市平井 2-1-10-205	Tel 0797-82-2233 fax 0797-82-2233	×		
		メインストリーム協会	〒662-0851 西宮市中須佐町5-12	Tel 0798-34-4955 fax 0798-34-4604	(1500円/泊)		
	中国	岡山	自立生活センター オフコース	〒669-1347 三田市つづじヶ丘南3-8-9	Tel 0795-68-3796 fax 0795-68-3796	不明	
			広島	岡山自立生活応援センター	〒700-0026 岡山市奉還町4-7-12-1F	Tel 086-253-5100 fax 086-253-5100	×
NPO 障害者生活支援センター てごーす				〒733-0025 広島市西区小河内町2-25-1	Tel 082-294-4185 fax 082-294-4184	×	
障害者サポートセンター Together 広島			〒731-0103 広島市安佐南区緑井1-12-4	Tel 082-831-6066 fax 082-559-2109	×		
山口		社会福祉法人あしーど 障害者生活支援センター すてっぴ	〒683-0064 米子市道笑町2-126-4 稲田地所第5ビル1F	Tel 0859-37-2120 fax 0859-37-2121	(1500円/泊)	(食費、交通費等は 自己負担) 介助料について (必要な方は重度訪問介 護などの自立支援法の制 度を活用してもらいま す。)	
		CIL下関	〒751-0872 下関市秋根南町1-1-5	Tel 0832-63-2687 fax 0832-63-2688	(1000円/泊)		
		周南自立生活センター NPO法人 コミュニティー山口	〒745-0807 周南市城ヶ丘5-9-26	Tel 0834-28-2075 fax 0834-29-1950	(1000円/泊)		
自立生活センター宇部		〒755-0045 宇部市中央町3-2-7	Tel 0836-29-6192 fax 0836-29-6193	(1000円/泊)			
四国		高知	自立生活センター・高松	〒761-8057 高松市田村町962-12	Tel 087-866-6299 fax 087-866-6670	×	
			HANDS高知	〒781-1102 土佐市高岡町3263-1	Tel 088-852-5338 fax 088-852-5338	(準備中)	

都道府県	団体名	住所	Tel / fax	自立生活体験室	備考	
九州	福岡	北九州自立生活センター	〒802-0077 北九州市小倉北区馬借2-5-19	Tel 093-541-5000 fax 093-541-5770	×	
		NPO法人 自立生活センターちくご	〒833-0031 筑後市大字山ノ井778-2 九産ビル105	Tel 0942-53-6468 fax 0942-54-1677	(2000円/泊)	(2泊目より1,500円。 ただし、月の利用で 18,000円を超える場合、 18,000円を上限とする)。 介助料...当センターの介助 サービスを利用の場合 8:00～18:00 1200円/時間 18:00～8:00 1500円/時間 22:00～6:00 5000円(宿泊料金)
		特定非営利活動法人 自立生活支援センター 夢風船	〒824-0018 行橋市今井2238	Tel 0930-26-7960 fax 0930-26-7967	(1000円/泊)	
	大分	自立支援センターおおいた	〒874-0942 別府市千代町13-14 ユニバーサルマンション2F	Tel 0977-27-5508 fax 0977-24-4924	(3000円/泊)	介助料 身体3000円 家事1500円 自立の気持ちがある場合 身体家事共に 1500円
		特定非営利活動法人 障害者自立応援センター YAH! DO! みやざき	〒880-0842 宮崎市青葉町54 永山住宅1号	Tel 0985-31-4800 fax 0985-31-4800	(1000円/泊)	使用開始、終了の時刻は 問いません。 介助料 1200円/時間
	熊本	特定非営利活動法人 自立生活センター ヒューマンネットワーク熊本	〒862-0959 熊本市白山2丁目1-17梅香園 ビル1F	Tel 096-366-6359 fax 096-366-6359	(2100円/泊)	介助料 1300円/時間より
		自立生活センター 樹になる木	〒862-0975 熊本市新屋敷1-13-4 金倉ビル1F	Tel 096-363-2267 fax 096-363-2267	×	
	鹿児島	CILかごしま	〒890-0056 鹿児島市下荒田1-41-12-303	Tel 099-255-0048 fax 099-255-0048	(要相談)	
	沖縄	NPO沖縄県自立生活センター イルカ	〒901-2221 宜野湾市伊佐4-4-1	Tel 098-890-4890 fax 098-897-1877	(1500円/泊)	
		北部自立生活センター 希輝々	〒905-0015 名護市大南4-8-32	Tel 0980-54-1559 fax 0980-54-1559	(2000円/泊) (但し、会員 であること)	介助料 1000円～6380円

全国の自立生活体験室に関する情報を当福祉情報誌北興委員会にて独自に調査を行い、提供しているものです。  
なお、掲載されている情報は調査において同意を得たものについて公開しております。